

Programme 9

Sport et exercice



Programme 9 : Sport et exercice

Points clés à parcourir pendant cette séance

Que vous meniez une séance de formation sur une journée complète ou juste une brève discussion, essayez d'inclure ces points clés :

- Le sport est une activité importante dans de nombreuses écoles, et c'est une activité que beaucoup d'enfants apprécient.
- De nombreux enfants sont exclus ou trouvent difficile de participer aux activités sportives, mais si nous réfléchissons de façon créative nous pouvons rendre les activités sportives inclusives pour tout le monde.
- Sport n'est qu'un exemple d'activité parascolaire qui a lieu dans les écoles. Nous devons nous assurer que toutes les activités parascolaires et les clubs sont aussi inclusifs.
- Le sport nous montre que toutes les activités d'apprentissage n'ont pas lieu dans une salle de classe formelle. On apprend beaucoup dans la communauté dans différents contextes au-delà des écoles primaire et secondaire. Nous devons contribuer autant que possible à rendre toutes ces opportunités d'apprentissage inclusives.

Visionnez la vidéo puis animez votre activité préférée parmi la sélection suivante

A

Activités de base en ateliers

Activité 9.1 – Sport dans notre école

🕒 60-90 minutes

Objectif principal de cette activité

Encourager les enseignants à réfléchir de façon critique à l'inclusivité et l'exclusivité du sport et des activités de loisir dans leur école.

Donnez les instructions suivantes aux participants :

- Travaillez en petits groupes.
- Réfléchissez à toutes les activités de sport, exercice et autres loisirs qui ont lieu dans votre école. Celles-ci peuvent être des leçons organisées ou des clubs ainsi que des jeux informels joués pendant les pauses.
- Écrivez chacune des activités sur un feuillet autocollant ou une carte séparée.
- Réfléchissez ensuite si les filles et/ou les garçons participent à chaque activité. Puis réfléchissez si les enfants en situation de handicap participent ou pourraient participer.
- Utilisez un tableau, comme celui qui apparaît dans le Feuillet 9a, pour organiser vos cartes. Montrez si le sport est seulement joué par des filles, seulement joué par des garçons, joué par les deux, et si les filles et / ou les garçons en situation de handicap peuvent également jouer.

Une fois que les participants ont organisé leurs cartes, donnez-leur davantage d'instructions :

- Une fois que vous avez mis les cartes sur la grille, regardez attentivement le nombre de sports et activités de loisir seulement joués par des filles ou seulement par des garçons. Pourquoi en est-il ainsi ? Pourquoi existe-t-il une séparation entre les sexes ? Pourquoi des changements sont-ils nécessaires pour permettre aussi bien aux filles qu'aux garçons de jouer ce jeu ?
- Réfléchissez maintenant aux jeux qui ne sont joués que par des enfants sans handicaps ? Comment ces jeux pourraient-ils être adaptés pour permettre aux enfants en situation de handicap d'y jouer ? Repensez aux programmes précédents où nous avons discuté d'adaptations créatives des matériels et de l'équipement à faible coût ou ne coûtant rien.

Activité d'approfondissement facultative - re-concevoir les jeux

🕒 60-90 minutes

Objectif principal de cette activité :

Pour développer la confiance des enseignants à adapter le sport et les activités de loisir de façon créative pour les rendre plus inclusifs.

Donnez les instructions suivantes aux participants :

- Travaillez en petits groupes.
- Prenez une carte de votre tableau qui montre une activité à laquelle les enfants en situation de handicap ne jouent **pas** actuellement.
- Concevez des adaptations du jeu pour que les enfants avec et sans handicap puissent y jouer ensemble. Réfléchissez à la façon dont vous pourriez adapter le jeu pour inclure les enfants qui ne voient pas bien, qui n'entendent pas bien, qui ont des difficultés à se déplacer, et/ou qui ont des difficultés à comprendre.
- Réfléchissez aux règles du jeu et quelles sont les procédures.
- Réfléchissez à l'équipement et comment vous pourriez y effectuer des adaptations à faible coût ou ne coûtant rien.

Si vous avez du temps, demandez aux participants d'essayer le jeu avec l'ensemble du groupe. Certains participants peuvent devoir porter quelque chose qui leur bande les yeux ou des bouchons d'oreilles, ou faire semblant qu'ils ne peuvent pas bouger facilement.

Une alternative serait pour les enseignants de travailler avec un groupe de filles et de garçons sans et avec différents handicaps. Les enseignants pourraient expliquer leurs idées du jeu et inviter les enfants à le tester puis suggérer leurs propres améliorations ou alternatives.

Note : les activités de sport et de loisir étant si variées dans le monde entier, nous ne suggérons pas les réponses possibles que les participants peuvent donner.

B

Questions théoriques importantes à discuter

Activité 9.2 – L'éducation inclusive s'étend au-delà de la salle de classe formelle

🕒 60 minutes

Objectif principal de cette activité

Souligner aux enseignants que l'éducation inclusive s'étend au-delà de la classe formelle. Nous devons réfléchir à la façon de rendre toutes les formes d'éducation inclusives pour tous.

Présentez ce qui suit :

L'éducation inclusive ne consiste pas seulement à rendre les salles de classe plus inclusives, et s'assurer que les enfants participent et apprennent lors des leçons scolaires. Elle couvre aussi l'apprentissage parascolaire, tel que les sports, la formation professionnelle et les activités parascolaires. Elle couvre l'éducation non-formelle, telle que les programmes de rattrapage pour les enfants qui ont manqué plusieurs années d'école. Et elle couvre tous les niveaux, des premières années jusqu'à l'éducation supérieure, la formation tout au long de la vie et le développement professionnel.

L'éducation inclusive n'a pas besoin d'avoir lieu dans une école ou une université. L'éducation communautaire, telle que l'alphabétisation des adultes et les programmes éducatifs, doit aussi être conçue pour inclure les adultes de toute la communauté.

Donnez les instructions suivantes aux participants :

- Travaillez en petits groupes.
- Tout d'abord, réfléchissez à tous les différents types d'éducation qui ont lieu dans votre communauté.

Une fois que les groupes ont des listes, donnez ces instructions :

- Réfléchissez maintenant à qui participe à ces types d'éducation, et qui peut souhaiter participer mais n'en n'est pas en mesure de le faire ? Pourquoi ne peuvent-ils pas participer ?
- Comment les formes d'éducation que vous avez listées pourraient être adaptées pour devenir plus inclusives pour tous ceux qui souhaitent participer ?
- Quel rôle pourriez-vous jouer pour soutenir l'inclusion des personnes dans l'éducation en dehors de votre propre classe ou école ?

Invitez les groupes à partager leurs réponses avec le reste du groupe. Chaque groupe doit seulement présenter des points qui n'ont pas déjà été discutés.

Réponses éventuelles à attendre des participants

Les réponses exactes varieront en fonction de chaque communauté et de la conscience des enseignants de l'éducation en dehors de leur propre école. Des idées éventuelles pourraient inclure :

Type d'éducation	Qui peut être exclu et pourquoi ?
Éducation préscolaire	<ul style="list-style-type: none"> • De nombreux enfants peuvent passer à côté du fait du coût (l'éducation préscolaire est rarement gratuite comme le primaire) et / ou du fait de la perception des parents de l'éducation préscolaire comme n'étant pas importante. • Du fait du coût et des attitudes, certains parents peuvent ne pas donner la priorité aux filles ou aux enfants en situation de handicap s'ils considèrent que ce niveau éducatif n'est pas très important.
Primaire et secondaire	<ul style="list-style-type: none"> • De nombreux enfants pour de nombreuses raisons !
Classes d'alphabétisation / de calcul pour les adultes	<ul style="list-style-type: none"> • Les femmes ont plus de risque d'être exclues sauf si les classes sont spécifiquement conçues et programmées pour s'adapter à elles. • Les personnes qui parlent une autre langue maternelle peuvent trouver qu'il n'existe pas de programme d'alphabétisation dans leur langue, ou que les programmes d'alphabétisation ne sont pas conçus pour soutenir l'apprentissage d'une seconde langue. • Les personnes en situation de handicap peuvent être exclues si les classes d'alphabétisation pour adultes sont tenues dans des lieux inaccessibles ou s'il n'existe pas de soutien pour les élèves adultes qui ont des difficultés pour voir, pour entendre, pour se déplacer ou comprendre.
Formation professionnelle / formation continue ; apprentissages	<ul style="list-style-type: none"> • Les femmes et les hommes peuvent être exclus de l'apprentissage de certaines compétences qui les intéressent, si les formateurs encouragent ou acceptent uniquement les inscriptions à des formations suivant les grandes lignes stéréotypées des sexes (ex. Les femmes peuvent apprendre à fabriquer des vêtements et les hommes peuvent apprendre le travail du bois). • Les personnes en situation de handicap sont souvent exclues de la formation professionnelle du fait de visions stéréotypées de ce qu'ils peuvent faire ou ne pas faire, et parce que les activités et les équipements ne sont pas adaptés à leurs besoins et leurs capacités.

Classes religieuses ou culturelles	<ul style="list-style-type: none"> • Certaines éducations religieuses ou culturelles dans la communauté peuvent être divisées ou restreintes en fonction du sexe.
L'éducation sportive et les clubs	<ul style="list-style-type: none"> • Apprendre un sport en dehors de l'école peut coûter cher, si l'élève doit payer des frais d'inscription, ce qui exclut beaucoup de gens. • Des classes et des clubs peuvent n'inscrire les élèves qu'en fonction de stéréotypes sexo-spécifiques relatifs aux sports que les hommes et les femmes devraient jouer. • Peu de classes de sport ou clubs incluent les élèves qui ne peuvent pas bien voir, entendre, se déplacer ou comprendre.
Éducation à la santé	<ul style="list-style-type: none"> • Les opportunités d'éducation en matière de santé sont souvent influencées par les stéréotypes sexo-spécifiques. Par exemple, les femmes sont souvent encouragées à accéder à une éducation sanitaire sexuelle et reproductive, tandis que les hommes ne le sont pas, même s'ils ont un rôle tout aussi important pour maintenir une bonne santé sexuelle et reproductive dans la relation ou la famille. Les femmes peuvent aussi être ciblées pour l'éducation parentale et le soin des enfants ce qui n'est pas le cas des hommes. • L'éducation sanitaire peut exclure les personnes en situation de handicap, soit du fait de problèmes d'accessibilité, ou à cause des attitudes des acteurs éducatifs (ex. Il existe une croyance courante que les personnes en situation de handicap n'ont pas de relation, n'ont pas d'enfants, etc., et n'ont donc pas besoin de ce type d'éducation).
Programme de rattrapage	<ul style="list-style-type: none"> • Ceci s'adresse souvent aux jeunes qui ont manqué l'éducation primaire et / ou secondaire du fait de la pauvreté, du travail, de leur situation de sans-abris, d'avoir été un enfant soldat, et ainsi de suite. Ceci s'adresse aux jeunes vulnérables mais peut encore ne pas toucher les plus vulnérables, tels que les personnes en situation de handicap, ceux qui ne parlent pas la langue dans laquelle les instructions sont données, ceux qui ont vécu des traumatismes et ont des comportements associés ou des problèmes de santé mentale.

C Approfondir certaines questions

Vous pouvez souhaiter approfondir certaines questions spécifiques abordées dans le Programme 8. Un problème important :

- L'importance de l'inclusion dans les activités parascolaires

Activité 9.3 - Inclusion dans les activités parascolaires

 **60 minutes**

Objectif principal de cette activité

Encourager les enseignants à réfléchir à la façon de rendre plus inclusifs les activités para-scolaires et les clubs dans leur école.

Présentez ce qui suit :

Comme nous l'avons vu dans des programmes précédents, les enfants peuvent se sentir davantage inclus si l'apprentissage est lié à la vraie vie. Pour de nombreux enfants, le sport est une partie importante de leurs vies, ainsi, lier l'apprentissage et le sport peut les aider à rendre l'apprentissage plus pertinent et amusant. Par exemple, certains enseignants utilisent des scores de football pour aider les enfants à s'intéresser davantage aux chiffres et aux maths ; ou ils utilisent un événement sportif global comme les Jeux olympiques pour rendre la géographie plus intéressante.

Tous les enfants n'aiment pas jouer ou discuter de sport, mais les écoles proposent une variété d'autres activités parascolaires et de clubs. La participation à ces activités peut jouer un rôle important pour booster les compétences de vie quotidienne, la confiance en soi, et l'inclusion sociale, et aussi parfois aider les enfants avec leur apprentissage scolaire, souvent sans même qu'ils en aient conscience.

Donnez les instructions suivantes aux participants :

- Travaillez deux par deux.
- Réfléchissez à une liste de toutes les activités non-scolaires et/ou qui n'ont pas lieu en classe dans votre école, en plus des sports. Ceci peut inclure des choses comme des clubs de livres ou de lecture ; des clubs de jeux comme les échecs, la musique, la danse ou des activités ou clubs de théâtre ; des groupes de plaidoyer ou de sensibilisation tels que les clubs des droits de l'enfant ; les conseils d'élèves ; et ainsi de suite.

Une fois que les paires ont des listes, donnez ces instructions :

- Choisissez 3 des activités / clubs et écrivez chacun d'entre eux sur le Feuille 9b. Vous pouvez souhaiter choisir les activités / clubs avec lesquels vous êtes les plus familiers.
- Répondez aux questions dans le Feuille. Vous devez réfléchir à :
 - Qui participe à ces activités ou clubs ?
 - Qui ne participe pas ou trouve difficile d'y participer ? Pourquoi en est-il ainsi ?
 - Quels sont pour les enfants les avantages de participer ? Cela peut être des avantages en termes de compétences sociales, compétences de la vie quotidienne, d'apprentissage scolaire, et ainsi de suite.
 - Comment pourriez-vous adapter l'activité ou le club pour vous assurer que chaque enfant de l'école qui souhaite participer est encouragé et soutenu pour le faire ? Comment allez-vous traiter les obstacles à l'inclusion, et qui pourrait vous y aider ?

Au bout d'environ 30 minutes, demandez à chaque paire de se joindre à une autre paire (pour constituer un groupe de 4) pour partager leurs idées. Ils devraient ensuite choisir une activité ou club à partager avec l'ensemble du groupe. Ils devraient expliquer ce qu'est l'activité/le club, qui y participe actuellement ou est exclu, et quelles sont leurs idées pour améliorer l'inclusion.

Réponses éventuelles à attendre des participants

Il existe ici bien trop de réponses possibles à fournir, mais concernant les moyens pour rendre les activités/clubs plus inclusifs, les participants réfléchiront dans l'idéal à :

- L'emplacement de l'activité / club (pour le rendre plus accessible)
- Les horaires de l'activité / club
- Qui dirige le club (ex. est-ce que le fait qu'un homme dirige le club décourage les filles de participer ?)
- Les coûts éventuels qu'ils impliquent pour les enfants et comment les réduire/les faire disparaître
- Comment adapter les activités pour les enfants qui ont différentes capacités
- S'assurer que la personne qui dirige l'activité / le club communique avec les autres enseignants et parents pour en savoir plus sur les capacités et les besoins des enfants
- Comment informer les enfants de l'activité/du club, et comment promouvoir le fait que le club est inclusif ou s'efforce de devenir plus inclusif
- Comment s'assurer que les activités du club promeuvent l'inclusion, pour que les enfants qui participent au club se comportent de façon inclusive et deviennent des défenseurs de l'inclusion.

Transcription du Programme 9

Sport et exercice

Les activités non-académiques comme le sport pendant les jours d'école sont très importantes pour aider les enfants à se sentir inclus.

Le sport peut leur donner différents moyens de participer, d'apprendre et de réussir.

Que pouvez-vous faire ?

Vous pouvez utiliser les activités sportives pour aider les enfants à apprendre et pratiquer la coopération et le travail d'équipe.

Avec de la réflexion créative, toutes les activités sportives peuvent être adaptées pour que les enfants avec et sans handicap puissent jouer à des jeux et apprendre à se soutenir en tant qu'équipe.

« J'aime le sport. La dernière fois j'ai joué au torball (un sport de ballon qui est pratiqué par des sportifs avec une déficience visuelle) avec ma classe, même avec les plus âgés. J'aime le torball. »

Certains enfants peuvent se sentir davantage inclus à l'école s'ils peuvent effectuer des activités en dehors d'une équipe.

De telles activités peuvent les aider à développer d'autres compétences telles que la coordination ou l'autodiscipline.

Les activités physiques compétitives peuvent exclure certains enfants, ou même entraîner de l'intimidation de ceux qui ne peuvent pas être physiquement compétitifs.

Vous pourriez offrir aux enfants des occasions de jouer à des jeux non-physiques.

Le sport peut être employé pour aider certains enfants à mieux s'impliquer dans l'apprentissage scolaire.

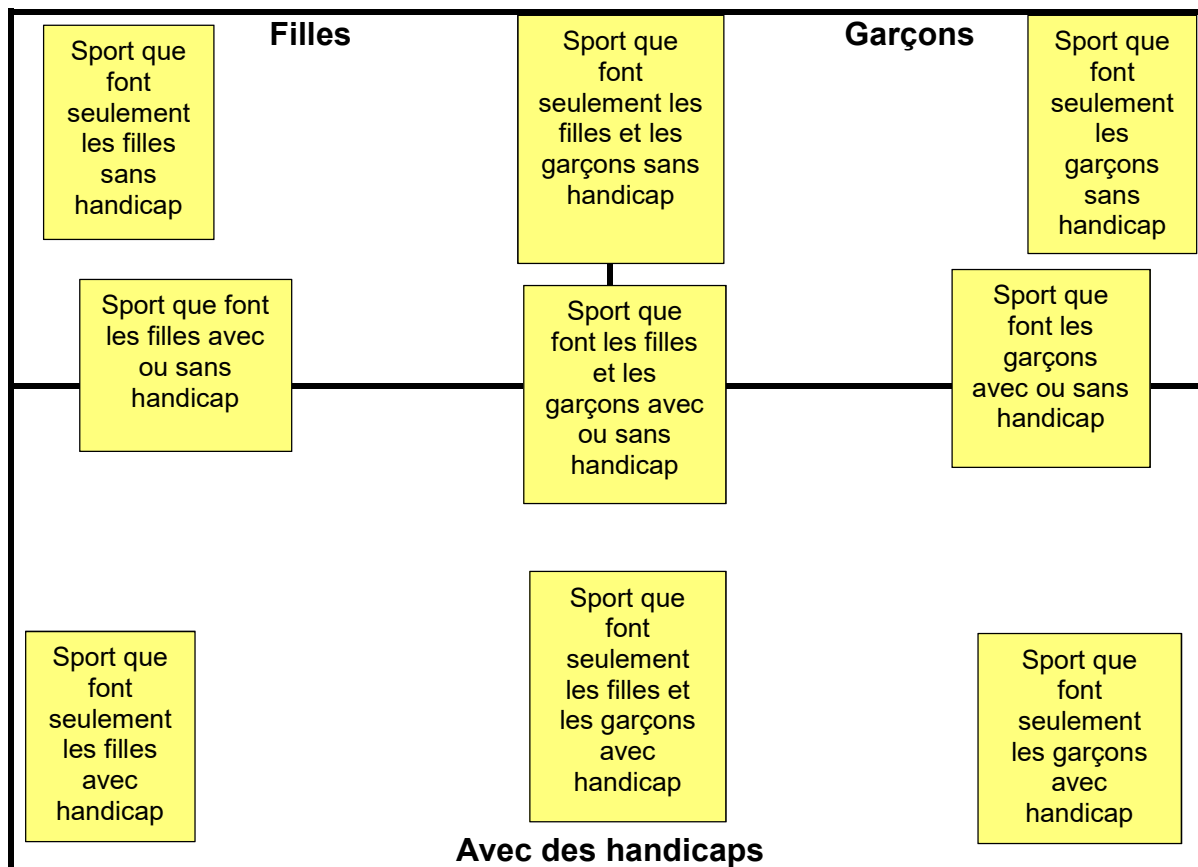
Par exemple ; vous pourriez encourager les enfants à pratiquer les maths en comptant les points pendant un jeu.

Les activités sportives suivent souvent des stéréotypes de genre, tels que le football pour les garçons, et le netball pour les filles.

Pour être plus inclusive, vous pourriez donner aux filles et aux garçons l'occasion de faire n'importe quel sport disponible dans votre école.

Feuillet 9a

Qui participe au sport est qui est exclu ?



Feuillet 9b

Inclusion dans les activités et clubs en dehors de la salle de classe

Nom de l'activité ou du club	Qui participe à cette activité ou club ?	Qui selon vous est exclu ou trouve difficile de participer et pourquoi ?	Quels bénéfices les enfants tirent (ou devraient tirer) de leur participation à cette activité ? Quelles compétences acquièrent-ils et/ou qu'est-ce qu'ils apprennent ?	Comment pourriez-vous adapter cette activité ou club pour vous assurer que tous les enfants de l'école peuvent participer s'ils le souhaitent ?
1.				

Nom de l'activité ou du club	Qui participe à cette activité ou club ?	Qui selon vous est exclu ou trouve difficile de participer et pourquoi ?	Quels bénéfices les enfants tirent (ou devraient tirer) de leur participation à cette activité ? Quelles compétences acquièrent-ils et/ou qu'est-ce qu'ils apprennent ?	Comment pourriez-vous adapter cette activité ou club pour vous assurer que tous les enfants de l'école peuvent participer s'ils le souhaitent ?
2.				

Nom de l'activité ou du club	Qui participe à cette activité ou club ?	Qui selon vous est exclu ou trouve difficile de participer et pourquoi ?	Quels bénéfices les enfants tirent (ou devraient tirer) de leur participation à cette activité ? Quelles compétences acquièrent-ils et/ou qu'est-ce qu'ils apprennent ?	Comment pourriez-vous adapter cette activité ou club pour vous assurer que tous les enfants de l'école peuvent participer s'ils le souhaitent ?
3.				